

Weil wir gerne
aktiv sind



Mit Weißdorn Herz und Kreislauf natürlich unterstützen

Weißdorn
Arzneipflanze des
Jahres 2019

Regelmäßige Bewegung ist nicht nur eine schöne Abwechslung im Alltag, sondern tut auch Herz und Kreislauf gut. Aber manchmal gibt es einfach Phasen, in denen die Bewegung an der frischen Luft zu kurz kommt oder vielleicht nicht immer möglich ist. Wenn Sie zudem bei Tätigkeiten, wie z.B. Treppensteigen oder einem Spaziergang an der frischen Luft schneller außer Atem geraten, steht für Ihr Herz und Ihren Kreislauf eine gut verträgliche Unterstützung aus der Natur zur Verfügung – in Form eines speziellen Weißdorn-Extraktes.

Wenn Sie auf natürliche Weise etwas dafür tun möchten, weiterhin aktiv zu bleiben, dann ist Weißdorn eine gute Möglichkeit für Sie.

Crataegutt® stärkt Herz und Kreislauf

In Crataegutt® steckt ein Weißdorn-Spezial-extrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.

- Crataegutt® ist seit vielen Jahren das am häufigsten verwendete Weißdorn-Monopräparat.

Crataegutt® ist gut verträglich und mit anderen Medikamenten kombinierbar. Bei regelmäßiger Einnahme fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.

**Gerade jetzt
besonders sinnvoll!**



- Stärkt die Pumpkraft des Herzens
- Hält die Gefäße elastisch
- Für mehr Leistung

**Stärkt Herz und Kreislauf.
Für ein aktives Leben.**



- + Crataegutt® enthält Weißdorn-Spezialextrakt
- + Mit besonders hohem OPC-Anteil

Crataegutt® stärkt die Pumpkraft des Herzens, das Blut kann bis in den letzten Winkel gepumpt werden. Es hält die Gefäße elastisch, das Blut kann leichter durch den Körper fließen – für eine bessere Sauerstoffversorgung im Körper.

- Crataegutt® hat eine besonders hohe Dosierung (2 x 450 mg), die z.B. von Weißdorn-Tees bei weitem nicht erreicht wird.



Dr. med. Dierk Heimann

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de



**Jetzt
erhältlich!**

Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!



„Lassen Sie sich gegen Corona impfen, Herr Doktor?“

Diese Frage wird mir neuerdings von beinahe jedem zweiten Patienten gestellt. Denn mit der Verfügbarkeit der Impfstoffe und den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STIKO) überlegt nun jeder: Möchte ich das, oder warte ich lieber ab? Auch der 82-jährige ehemalige Koch vor mir fragt mich, noch bevor wir zu seinem eigentlichen Anliegen kommen: „Herr Doktor, lassen Sie eigentlich sich selbst und Ihre Familie impfen?“ Wir Ärzte sind zwar gehalten, nicht über Persönliches zu sprechen, doch in diesem Fall habe ich das Gefühl, keine andere Wahl zu haben. Deshalb sage ich: „Ja, ich lasse mich impfen.“ Mein Gegenüber hat sich gut belesen. „Aber mit all den Impfstoffen gibt es keine Langzeiterfahrungen. Was ist in fünf oder zehn Jahren?“

Wie funktioniert der Impfstoff?

„Sie haben recht: So schnell hat es noch nie eine Impfstoffentwicklung gegeben. Doch wir wussten auch noch nie so viel über Impfstoffe.“ Die Sorgenfalten im Gesicht meines Gegenübers bleiben. Nun heißt es, das Thema zu versachlichen. „Nehmen wir die Entwicklung hier aus Mainz als Beispiel.“ Mein Gegenüber winkt ab. „So etwas ganz Neues lasse ich mir erst recht nicht geben!“ Stimmt. Einen solchen mRNA-Impfstoff, wie ihn BIONTECH/Pfizer oder auch CureVac in Tübingen und Moderna in den USA entwickelt haben, gibt es bislang wirklich noch nicht auf dem Markt. „Es ist eine neue Impfplattform, wie wir das nennen. Daran

wird seit Jahrzehnten geforscht. Mit der Pandemie musste es schneller gehen. In Mainz zum Beispiel wollte man damit schon lange gegen Krebs impfen.“ Der ältere Herr sieht mich an. „Und wie funktioniert das?“ Ich nehme ein Blatt Papier, um es aufzuzeichnen. „Der Impfstoff enthält Mini-Baupläne, die Messenger-RNA oder mRNA. Die gelangen durch eine spezielle Umhüllung in einige Körperzellen und regen an, dass dort harmlose Virusbestandteile gebaut werden. Die finden sich nachher auf der Außenseite der Zelle.“ Er zieht seine Augenbrauen hoch. „Der Impfstoff baut meine Körperzellen um?“

Es ist eine Risiko-Nutzen-Abwägung

„Es geht darum, dass das Immunsystem diese Virusbestandteile erkennt. Es kann dann Antikörper und T-Zellen dagegen aufstellen. Fertig ist die Schutzwirkung. Der Impfstoff enthält also keine Krankheitserreger, sondern nur den Bauplan für einige Abschnitte des Virus. Wenn dann mal echte Coronaviren eindringen, macht Ihr Immunsystem sie viel schneller unschädlich, weil es sie erkennt und die Abwehr parat hat.“ „Ich habe Angst vor Langzeitfolgen“, sagt mein Patient. Ich nicke. „Die können wir ehrlicherweise nicht völlig ausschließen. Doch was wir genau wissen: Jeder 50. bis 100. mit Corona Infizierte landet auf der Intensivstation. Das ist das bekannte Risiko. In Ihrem Alter sind es noch viel, viel mehr. Ich bin der festen Überzeugung, mögliche Langzeitfolgen sind weniger relevant. Daher lasse ich mich impfen.“

TEXT: DR. MED. DIERK HEILMANN FOTO: CHRISTOF MATTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidoides-Wurzeln-Auszug. **Anwendungsgebiete:** Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** ISO-Arzneimittel – Ettlingen U/01/10/19/08